PYER FRANK

Rezonans qanunu

Arzuların idarə olunması

Tərcüməçi:
Çimnaz Vəliyeva

qanun nəşriyyatı

PIERRE FRANCKH

Das Gesetz der Resonanz

Bütün arzularımız həyata keçə bilərmi? Təkcə gələcəyimizi deyil, keçmişimizi də dəyişə bilərikmi? Düşüncə gücü ilə DNT-mizə təsir göstərmək mümkündürmü? Rezonans qanunu cavab verir: Bəli! Başımıza gələn hər şeyin səbəbini Rezonans qanununda tapa bilərik. Rezonans qanunu hamımıza təsir edir. Onun sayəsində istədiyimiz hər şeyi həyatımıza cəlb edə bilərik. Düzünə qalsa, onsuz da elə belə edirik. Rezonans qanunu sübut edir ki, sərhədlər yalnız bizim beynimizdədir. Hər dövrün öz inkişaf yolu var və hər dövr öz sərhədlərini qoyur. Əziz oxucu, sən də hal-hazırda yeni sərhədlərin astanasında dayanmısan. Bu kitab səni arzularına və məqsədlərinə çatdıracaq. Odur ki, arzu və məqsəd siyahın hazır olsun!

Pierre Franckh **Das Gesetz der Resonanz**
Pyer Frank **Rezonans qanunu**
Bakı, Qanun Nəşriyyatı, 2024, 224 səh.

Janr: özünüinkişaf
Yaş qrupu: 12+
Ölçü: 130x200 mm
Cild: yumşaq
Çapa imzalandı: 01.10.2024

Naşir: Şahbaz Xuduoğlu
Tərcüməçi: Çimnaz Vəliyeva
Korrektor: Əyyar Tahir
Texniki redaktor: Əsəd Qaraqaplan
Mətn dizaynı: Rahilə Şamil
Qapaq dizaynı: Rafael Qasım

Qanun Nəşriyyatı
Bakı, AZ 1102, Tbilisi pr., 76
Tel: (+994 12) 431-16-62; 431-38-18
Mobil: (+994 55) 212 42 37
e-mail: info@qanun.az
www.qanun.az
www.fb.com/Qanunpublishing
www.instagram.com/Qanunpublishing

© Qanun Nəşriyyatı, 2024
Copyright © 2008 by Pierre Franckh
Originally published in 2008 by Koha Verlag GmbH, Germany

ISBN 978-9952-577-47-1

Bu kitabın Azərbaycan dilinə tərcümə və yayım hüquqları Qanun Nəşriyyatına məxsusdur. Kitabın təkrar və hissə-hissə nəşri "Müəlliflik hüququ və əlaqəli hüquqlar haqqında" Azərbaycan Respublikasının Qanununa ziddir.

M Ü N D Ə R İ C A T

Kim olmaq istəyirsən? 9

BİRİNCİ HİSSƏ
DÜNYANI DƏYİŞDİRƏN İXTİRALAR

Hər dövrün öz inkişaf yolu var 15
Rezonans n'dir& 17
Arzularımızı necə yayırıq 19
İnanclarımız xarici aləmimizi necə dəyişə bilir? 28
Hüceyrələrimizə düşüncə gücü ilə təsir göstərə
biləirikmi? 35
Düşüncə gücü ilə bizdən uzaqdakı DNT-yə təsir
göstərə bilərəkmi? 43
Arzularımız öz hədəfini necə tapırlar? 49
Affirmasiyalar necə işləyir?..56
Düşüncə gücü ilə yeni bir gələcək yarada bilərikmi? 60
Düşüncə gücü ilə maddəyə də təsir göstərə bilərikmi?....70
Hər şey bir-birilə əlaqədədir 75

İKİNCİ HİSSƏ
İSTƏKLƏRİMİZLƏ REZONANSA GİRƏ BİLMƏYİN
SƏMƏRƏLİ ÜSULLARI

Sən hansı rezonans sahələrindəsən?....................................87
Rezonans sahələri sənin inkişafına mane olarsa................91

Ayna neyronlarının hədiyyəsi… 102
Rezonans sahəsinə daxil ol..111
Xəbərlər və qəzet oxumaq rezonans sahəmizə
necə təsir göstərir?...117
Beynimizi formalaşdıra bilərik 124
Affirmasiyaların gücü 130
Arzularını təsəvvür et 136
Rezonans sahəsinin yaradılmasını sürətləndirmək...........142
Səslərin şəfalı gücündən istifadə et!....................................147
Özünə hörmət və dəyər ver 151
Düşüncə gücü ilə müalicə...158
Ruh əkizləri arasındakı cazibə 166
İdeal partnyoru həyatımıza cəlb etmək üçün rezonans
sahəsini necə yaratmaq lazımdır?..169
Özünlə və həqiqi hisslərinlə Rezonansda olmaq 181
Stereotip gücündən istifadə etmək......................................185
Pozitiv düşüncə ilə dünyanı mütəmadi dəyişə
bilərikmi? 192
Köhnə inanclarımızı necə dəyişə bilərik?...........................198
Hər bağışlama yeni başlanğıcdır. 205
Keçmişi dəyişdirmək...211
Özünü çox yorma.... 218
Minnətdarlıq..223

Rezonans qanununun ehtiva etdiyi gücün kəşf olunması, hər halda, həyatımızdakı ən böyük kəşflərdən biridir.

Əgər arzularımız indiyə kimi hələ çin olmayıbsa, ən böyük arzularımıza çatmamışıqsa, əgər həyatımızda istəmədiyimiz şeylər baş veribsə, əgər özümüzü bədbəxt hiss ediriksə və ya uğursuzluğa düçar olmuşuqsa, hamısının səbəbini Rezonans qanununda tapa bilərik.

Rezonans qanununu qavrayandan, ondan necə istifadə edəcəyimizi anlamağa başlayandan sonra həyatımızda mümkün olmayan şey qalmayacaq.

Kim olmaq istəyirsən?

Həyatda həll yolu yoxdur.
Sadəcə hərəkətdə olan güclər var.
Bu gücləri hərəkətə gətirəndən sonra
həll yolları özləri gəlib sizi tapacaq.

Antuan dö Sent-Eqzüperi

Kim olur-olsun, başqası olmaq istəsəydin, kim olmaq istəyərdin? Əgər heç bir məhdudiyyət, qərəz və ya sənə arzularının mübaliğəli, ifrat, gülünc, ya da əndazəsiz olduğunu deyən heç kim olmasaydı? Yəni kim olur-olsun, başqa insan ola bilsəydin və qarşında bütün yollar, bütün qapılar açılsaydı, kim olmaq istəyərdin?

Bu sual gəncliyimdən mənə dinclik vermir. Mənim kimi, dostlarım üçün də gələcəkdə kim olacaqları çox vacib idi. Gələcəyimizin təməllərini qoyduğumuz yaşda olduğumuzu nəzərə alsaq, buna təəccüblənməyə dəyməz. Amma o vaxtlar bu sualı yetkin insanlara verəndə, çox vaxt üzlərdə anlayışsızlıq və çaşqınlıq görürdüm. Belə məlum olurdu ki, insanlar müəyyən bir yaşdan sonra "Kim olmaq istəyirəm?" sualının daşını atırlar. Mənim üçün isə bu sual heç vaxt öz əhəmiyyətini itirməyib.

Hətta bu sualı günü bu gün özümə əvvəlkindən daha çox verirəm. Çünki hər dəfəsində verdiyim cavab həyatımı müəyyənləşdirir. Bu cavab arzularımı, qərarlarımı, hökmlərimi, qənaətlərimi və inkişafımı istiqamətləndirir. Hətta ətrafım da, nəticə etibarilə həyatım da bu cavaba həmahəng dəyişir.

Qəribədir ki, vəziyyət hələ də dəyişməyib; bu sualı yetkin insanlara verəndə yenə də anlayışsızlıq və çaşqınlıqla qarşılaşıram. Çoxu hətta bu sual haqqında səthi də olsa, fikirləşməyi axmaqlıq hesab edir. Niyə düşünsünlər ki? Bir insan ki həyatını dəyişdirə bilməyəcəyinə inandı, bu barədə baş sındırmaq da ona əzab-əziyyət kimi görünəcək...

Ən qorxulusu da odur ki, insanın öz həyatını dəyişdirə bilməməyinin əsl səbəbi bunu edə bilməyəcəyinə sidq-ürəkdən inanmağıdır.

Zira həyatımızın ssenarisini inandığımız şeylər yazır.

Kvant fizikası, kvant biologiyası, müasir riyaziyyat və epigenetikanın[1] ən son kəşfləri aşkarlayıb ki, xəstəlikdən sağlamlığa qədər, immunitet sistemimizdən hormonal tarazlığa qədər, bədənimizin özünü sağaltmaq qabiliyyətindən tutmuş xoşbəxt olmaq qabiliyyətinə qədər bizi olduğumuz, inandığımız insana çevirən amil düşüncə tərzimizdir.

Əslində, sərhədlər bizim öz beynimizdədir. Bu sərhədləri silə bilsək, qarşımız saysız-hesabsız imkanlarla dolu-

---

[1] Epigenetika – genlərin fəaliyyətini tənzimləyən mexanizmlərlə məşğul olur – müəl.

dur. Ən möhtəşəm məqam odur ki, bu fikrimizi indi sırf inanclar və ya fərziyyələrlə əsaslandırmaya bilərik. Çünki elm artıq bu baxış bucağı ilə razılaşır, onu dəstəkləyir və qəbul edir. Hətta araşdırmalar göstərib ki, inanclarımız təkcə bizim öz həyatımıza deyil, ətrafımıza da sirayət edir. Düşüncə gücümüz və hisslərimiz sayəsində biz həyatımızda görmək istədiyimiz bütün dəyişiklikləri yerinə yetirə bilərik.

İnancımızın gücü ilə hətta DNT-mizi də dəyişə, orqanizmimizin öz-özünü sağaltma mexanizmini hərəkətə gətirə, həyatımıza xoşbəxtlik və sevincin nəfəsini qata, qısası, bizə mümkün görünən hər şeyə nail ola bilərik.

Qeyri-mümkün şey sadəcə bizə qeyri-mümkün kimi görünən şeydir

Bəlkə də indi sənin qeyri-mümkün hesab elədiyin şey saysız-hesabsız imkanların qeyri-mümkün olmadığı fikridir. Əgər belədirsə, onda bu sənin şəxsi qənaətindir. Bunun düz və ya səhv, yaxşı, ya da pis tərəfi yoxdur. Bu sənin şəxsi qənaətindir və həyatın da bu istiqamətdə irəliləyib inkişaf edəcək.